Управление образования администрации Прохоровского района

Районный конкурс методических разработок

уроков, классных часов, внеклассных мероприятий

«Я расскажу вам о тыкве…»

Урок технологии по теме

«Я расскажу вам о тыкве…»

Подготовила: Генш Евгения Петровна,

учитель технологии МБОУ «Большанская ООШ»

с.Большое - -2013 г.

ЦЕЛИ:

- ознакомить учащихся с разнообразием блюд из тыквы, их полезных свойствах;

- научить учащихся готовить блюда из тыквы;

- воспитывать эстетический вкус, внимательность.

ТИП УРОКА – комбинированный.

ОБОРУДОВАНИЕ: учебник «Технология». (вариант для девочек). 6 класс, под ред. Симоненко В.Д., М.: «Вентана-Граф», 2008 г., рабочая тетрадь, кухонный инвентарь, инструкционные карты, тыква, книга « О вкусной и здоровой пище»

ХОД УРОКА

I. Организационный момент.

а) Приветствие.
б) Выявление отсутствующих.
в) Повторение пройденного материала.
г) Объявление темы урока **.** Запись темы урока в тетрадях.
д) Доведение до учащихся целей и плана урока.

II. Повторение пройденного материала.

Устный опрос. Вопросы для повторения:

1. В чём ценность тыквы? (Тыква богата с сахарами, пектином, минеральными веществами –калий, кальций, фосфор, магний, железа, много каротина- они содержит витамина С,В и РР. В лечебном питании принимают из- за незначительного количество клетчатки и содержания калия)
2. Для кулинарной обработки какая используются тыква? (Свежая)
3. Каким образом можно определить доброкачественность тыквы ? (сохранена целостность тыквы, мякоть яркого цвета, свежий характерный тыквенный запах)
4. Какие виды тепловой обработки применяются при приготовлении блюд из тыквы? (отваривают, запекают, жарят)

5.Самые известные блюда из тыквы? (каша из тыквы, салат из тыквы)

III . Изучение нового материала.

Сегодня на уроке мы поговорим о тыкве, о ее полезных свойствах, о приготовлении каш, салатов, котлет из тыквы. Вы узнаете, почему она так популярна среди людей. Ознакомитесь с их ассортиментом и разнообразием.

Объяснение учителя:

Золотая красавица тыква… Она не только иностранка (в России тыква появилась в XVI веке), но и глава весьма многочисленного семейства тыквенных. У каждого члена этого семейства есть своя история. Из 30 видов ее только 3 считаются культурными. У каждого из них существуют многочисленные подвиды. Подвидами обыкновенной тыквы, например являются всем известные кабачки и патиссоны, которые принимают за совершенно самостоятельные овощи.
Родиной тыквы считают Америку, поскольку именно там выращивали большинство съедобных сортов. В VII – VI веках до н. э., на территории современной Центральной Америки индейцы выращивали тыкву. В Мексике и в Северной Америке с тех пор этот овощ стал основой ежедневного рациона. В Европе и Азии с древнейших времен была известна бутылочная тыква (горлянка или лагенария), из которой древние римляне делали сосуды и даже винные бочки. Первая тыква была выращена вовсе не на Апеннинах, хотя уже в античном Риме этот овощ употребляли в пищу, а также делали из него тару для перевозки соли, вина. Причем они умели придавать им самые необычные формы. Для этого они выращивали горлянку в специальных деревянных ящиках, которые снимали с тыквы только после ее созревания. Затем, проделав в тыкве отверстие, заливали ее кипятком. Вычистив распаренную мякоть, насыпали песок, наливали воду и тщательно полоскали. Полностью очищенный таким образом сосуд просушивали и использовали для хранения воды или вина.

В древнем Китае бутылочную тыкву считали царицей растений - об этом упоминается в древнейших китайских рукописях. Выращенная, например, в саду китайского императора горлянка шла на изготовление специальных чаш. Из этих чаш император угощал высокопоставленных гостей напитком, приготовленным из мякоти тыквы.

Использовали тыкву и в древней медицине. Мякоть - в качестве мочегонного средства, семена - для улучшения пищеварения. Каротина в тыкве в пять раз больше, чем в моркови. По этой причине офтальмологи рекомендуют людям с нарушениями зрения употреблять тыкву и тыквенный сок. Тыква прекрасно выводит из организма соли и воды и при этом не раздражает почечную ткань.

Отваром мякоти утоляют жажду и снижают жар у больных. В тыкве содержится много железа, благодаря чему улучшается настроение и цвет кожи. В тыквенной мякоти содержится много полезных для организма витаминов. В ней есть и аскорбиновая кислота, спасающая от простудных заболеваний, и витамин В, помогающий при бессоннице, проблемной коже и волосах.

Пшенная каша с тыквой является моим любимым лакомым блюдом. Да и еще мы иногда лакомимся нежными ломтиками тыквы, испеченными в духовке. А многие горожане взирают на оранжевую мякоть огромного плода с некоторым недоумением: "И кто его покупает?" Да тот, кто хорошо знает о больших питательных и целебных свойствах тыквы!

Тыквы хранятся в темном прохладном месте несколько недель, а если их нарезать, то срок хранения сокращается до 10 дней. Вместо свежей тыквы для приготовления блюда из тыквы можно использовать замороженную или консервированную тыкву, вкус от этого не пострадает.

Тыкву используют для приготовления различных блюд: закусочных, первых (супов), вторых (каши, запеканки и т. д.), котлет. Каши по консистенции варят: рассыпчатые, вязкие, жидкие.

Про кашу в народе сложилось множество пословиц и поговорок:

Дайте каши, дайте каши,
Дайте каши с молоком.
Наедимся вкусной каши
И частушки вам споём!
Я плясала бы и пела б
Только нету больше сил,
Полведёрка каши съела б
Если б кто-нибудь сварил.

БЛЮДА И ГАРНИРЫ ИЗ ТЫКВЫ

Тыква в сметанном соусе
Компоненты:
Тыква – 400 гр.
Мука – 30 гр.
Молоко – стакан.
Масло сливочное – 2, 5 большие ложки.
Сметана – полстакана.
Лимон – кусочек.
Зелень.
Овощная приправа в виде порошка.
Приготовление:
Очистите тыкву от семечек и кожуры, нарежьте кубиками и закиньте в подсоленную воду. Варите до готовности. Пожарьте муку на масла, размешайте со сметаной и молоком, прокипятите. В полученный соус добавьте тыкву, посолите, добавьте сахара, кусочек лимона и овощную приправу. Перед тем, как подавать к столу, украсьте измельченной зеленью. Приготовьте глазунью из пары яиц, чтобы дополнить блюдо.

Запеченная тыква в сливках
Компоненты:
Тыква.
Сливки - стакан
Пара яиц.
Сухари – пара больших ложек.
Масло - 200г
Сахар и соль.
Приготовление:
Очистите тыкву от семечек и кожицы, нарежьте тоненькими ломтиками, выложите в посуду, предварительно смазав ее маслом. Посыпьте их сухарями и добавьте остатки масла. Смешайте сливки с яйцами, добавьте соль и сахар, а потом залейте этим соусом кусочки тыквы. Запекайте в разогретой духовке.

Салат из тыквы
Компоненты:
Тыква.
Морковь.
Яблоко.
Мед.
Грецкие орехи.
Приготовление:
Очистите овощи и фрукты, затем натрите их на терке и полейте медом, посыпьте молотыми орешками.

Жареная тыква
Компоненты:
Растительное масло – пара больших ложек.
Тыква – 500 гр.
Укроп и петрушка.
Приготовление:
Нарежьте тыкву небольшими ломтиками и обжарьте с обеих сторон на масле. Выложите на блюдо и посыпьте нарезанной зеленью. Готовое блюдо подавать можно как холодным, так и горячем.

Тыквенный суп
Компоненты:
500 г тыквы,
100 г манной крупы (или 80 г риса),
1,5 л молока, 3,5 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки сливочного масла, соль

Приготовление:

Тыкву, очищенную от кожицы и семян, нарезать мелкими кубиками и варить в молоке с добавлением сливочного масла, сахара и соли, часто помешивая, до мягкости.
Всыпать манную крупу и варить до готовности.
Примечание. Если вместо манной крупы используют рис, то сначала надо отварить в молоке рис, а затем положить тыкву.

Тыква состоит из воды на 90%, но содержит очень много каротина и витаминов. Особенно полезно употреблять тыкву людям с сердечно-сосудистыми заболеваниями. Блюда из тыквы отличаются не только отличным вкусом, но и полезными свойствами. Диетологи даже считают тыкву настоящим деликатесом среди овощей. Она богата витаминами А, С, D, РР, группы В и редкого витамина Т, отвечающий за обменные процессы организма. Помимо прочего, полезными считаются и семечки тыквы, которые содержат очень много белков, жиров, витаминов и минеральные соли. Благодаря витамину Е тыквенные семечки помогают от преждевременной старости. А для полноценного развития мужского организма поможет соли цинка, которые так же содержатся в этом полезном и вкусном овоще.

К качеству блюд, приготовляемых из тыквы предъявляют следующие требования:

1. отварные тыквенные изделия должны быть мягкими.
2. запеканки должны быть мягкими, сочными: тыквенные изделия в них соединены между собой; на поверхности подрумяненная корочка
3. вкус, цвет и запах блюда должны быть свойственны отварной тыкве , с привкусом того продукта, с которым оно приготовлено.

IV. Практическая работа. (Учебник, практическая работа № 17 «Механическая обработка овощей . Приготовление овощных салатов », с. 138-140.). Перед началом практической работы напоминаю правила ТБ:

1. с электронагревательными приборами – включать и выключать сухими руками, по окончании работы выключать электроплиту.
2. с горячей жидкостью: пользоваться прихватками, снимать, приподнимать крышку от себя.
3. засыпать крупу в кипящую жидкость осторожно, чтобы не разбрызгивалась вода.

Учащиеся закрепляют изученный материал практической работой.

Для выполнения практической работы класс разделен на группы. Учащиеся, пользуясь инструкцией в учебнике готовят пшеничную кашу с добавлением тыквы.

Во время работы я концентрирую внимание учащихся на технике безопасности при обращении с электрической плитой, проверяет наличие прихваток.

Когда все блюда будут готовы, приступают к дегустации. После дегустации напомнить учащимся, что мытье посуды осуществляется проточной водой с использованием питьевой соды, сухой горчицы, хозяйственного мыла или специальных моющих средств.

V. Итог урока, рефлексия.

1. Дегустация блюд, приготовленных учащимися.
2. Заключительное слово учителя.

Выставление оценок. Объявление итогов урока.

Домашнее задание: со слов родителей, родственников старшего поколения записать рецепты тыквенных блюд.